

Ha sostenuto Guido Molledo (e gli ha dato corda Adriana Vigneri) che non poteva restare

isolato su *ytali*. *il divertissement della stessa Adriana sulla sopa coada*, e che al Veneto e alla sua succulenta ricetta bisognasse rispondere dal Sud, “magari dalla Sicilia”, con una strizzatina d’occhio alle mie radici.✖

Va bene, ci provo con un classico in realtà diffuso in cento varietà di verdure in tutta l’area mediterranea, ma che a Palermo trova la sua vetta e le sue particolari specificità: la caponata. Nelle cronache del tempo si fa risalire questo composto al ‘600, ma tutto (e un particolare soprattutto: il segreto, come vedremo, dell’agrodolce) fa pensare che la mano originaria sia persiana e passata agli arabi che, come si sa, hanno fatto in Sicilia per secoli il bello (soprattutto) e il cattivo tempo.

Dunque, per prima cosa bisogna provvedersi (per sei persone) di un chilo di melanzane sode e lucide, non quelle viola per carità, ma quelle nere - l’ideale è la “lunga” napoletana - : lavarle, non sbucciarle, tagliarle a tocchetti non troppo piccoli e, per chi non ama l’amaro, metterle in uno scolapasta con del sale e lasciarle spurgare per un’oretta. Intanto ricavare dal cuore di un paio di sedani mezzo chilo di coste da tagliare a tronchetti. Poi, solo per qualche secondo, tuffare nell’acqua bollente un po’ meno (diciamo 400 grammi?) di pomodori da sugo ben maturi, passarli quindi sotto l’acqua fredda, pelarli, privarli dei semi e spezzettarli, ma non troppo finemente.

Il grosso delle materie prime è pronto? Non ancora, ma a questo punto dobbiamo passare ai fornelli. In una larga padella o (secondo la nuova moda, in questo caso non raccomandabile) in un wok, scaldare a fuoco medio due-tre cucchiaini d’olio extravergine e farvi soffriggere una grossa cipolla bianca tagliata a fettine. Quando diventa dorata, unire i pomodori e un cucchiaino di concentrato di pomodoro. C’è chi, non io, ai pomodori e al concentrato preferisce un’unica, più rapida soluzione: salsa, in abbondanza.✖

Lasciare cuocere, sempre a fuoco medio e senza coperchio, per dieci minuti. Quindi insaporire con sale e pepe; aggiungere il sedano (qualcuno preferisce prima sbollentarlo, o sfriggerlo insieme alla cipolla), cento grammi di olive nere siciliane in salamoia (schiacciare, dividere in due, togliere l’osso; non usare quelle denocciolate uso aperitivo), cinquanta grammi di capperi sciacquati dal sale (mai sott’aceto). Infine il “segreto”: in un mezzo bicchiere abbondante di aceto bianco di

buona qualità sciogliere un bel cucchiaino di zucchero, e arricchirne il sugo, mescolando bene e lasciando cuocere per altri venti minuti in modo che i sapori si amalgamino bene e la salsa risulti piuttosto densa e ben legata.

Lo so, ora direte che mi sono dimenticato delle melanzane. E invece no, mentre il composto-base sobbolle, sciacquare e asciugare i tocchetti premendoli leggermente dentro un canovaccio. Quindi friggerli, in due o tre volte, in abbondante olio extra ben caldo ma non fumante. Quando saranno ben dorati, scolare, asciugare in un doppio foglio di carta da cucina e calare nel composto. Mescolare lentamente e lasciare stufare a fuoco stavolta molto dolce per cinque minuti. Attenzione: la caponata si mangia e si gusta meglio non calda ma a temperatura ambiente, con una spruzzatina di basilico spezzettato. Ben chiusa, si conserva in frigo per due, tre giorni: ci guadagna in sapore. Comunque, la caponata era un piatto fondamentale estivo dal momento che la melanzana dà il meglio di sé tra luglio e ottobre. Ma ora che siamo in piena globalizzazione la melanzana nera e tosta si trova in tutte le stagioni.



Un furgone Contorno inizio '900



cav. Antonino Contorno



L'interno della fabbrica Contorno oggi

Questa è la caponata made in Palermo, ed è oramai nota in tutto il mondo grazie ai ristoranti siciliani sparsi ovunque ma non ovunque fidati, e soprattutto ad imprese artigiane palermitane nate nell'800, la più famosa è la "Fratelli Contorno" per fortuna ancora oggi in esercizio. Un'altra grande-piccola azienda palermitana, la "Andrea Pensabene" di una volta, ha cambiato nome ("**Pensabenechiossone**") e sede (la lavorazione ora è a Termini Imerese) ma ha mantenuto intatta la tradizione: garantita dalla vedova di Andrea, Donna Rosa.

I Contorno spediscono i loro barattoli in banda stagnata (le *boatte*) persino in America, richiestissimi dagli emigrati siciliani. Ma da qualche anno - udite, udite - è diffusa in tutt'Italia soprattutto grazie alla catena di Coop Italia, che ne ha affidato la produzione, ma sotto il suo supermarchio "fiorfiore", ad una aziendina che sta sì a Ragusa, all'altro capo della Sicilia, ma che

rispetta appieno la tradizione e gli ingredienti della “scuola palermitana”. Ovunque nell’Isola vi forniranno altre versioni: ad Agrigento ci mettono anche i peperoni *arramascati* (più noti altrove come friggirelli), il miele e l’aglio; a Catania quasi sempre anche peperoni rossi e gialli; a Trapani immancabili i pinoli e magari le mandorle; altrove c’è la variante dei carciofi al posto delle melanzane, o quella del pomodorino intero e senza salsa, o quella di aggiungere le pesche locali e le pere di stagione. Oddio, quanta lesa maestà a La Caponata...



Giorgio Frasca Polara

[CIBO E DINTORNI su ytali.](#)

[Non è il piccione, è la sopa coada che fa scandalo di Adriana Vigneri](#)

[Giù le mani dal tiramisù, geniale bontà trevigiana di Adriana Vigneri](#)

[Tiramisù, golosi di tutto il mondo unitevi. A Venezia di Claudio Madricardo](#)

[L’orto più bello del mondo? È alla Giudecca di Claudio Madricardo](#)

[Sa di laguna, ed è il miele più buona che ci sia di Claudio Madricardo](#)

[Venissa, un’altra Venezia da sogno di Claudio Madricardo](#)

[Si fa presto a dire marmellata. I segreti di un artigiano tra filiera corta e km zero di Mario Gazzeri](#)

[Mangiare ascoltando il corpo. Una conversazione con il dottor Mozzi di Guido Molledo](#)